

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD KRADENAN
KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2015/2016**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Sudarno
NIM. 12604227036

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016”, yang disusun oleh Sudarno, NIM. 12604227036 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juni 2016
Pembimbing



Yudanto, M.Pd
NIP. 19810702 200501 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016”, yang disusun oleh Sudarno, NIM. 12604227036, ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juni 2016
Yang Menyatakan,

Sudarno
NIM. 12604227036

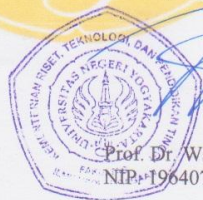
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016”, yang disusun oleh Sudarno, NIM. 12604227036 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 5 Agustus 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Yudanto, M.Pd	Ketua Penguji		25/8/16
Yuyun Ari Wibowo, M.Or	Sekretaris Penguji		29/8/16
Komarudin, M.A	Penguji Utama		19/8/16
Sri Mawarti, M.Pd	Penguji Pendamping		23/8/16

Yogyakarta, Agustus 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Barangsiapa yang bersungguh-sungguh maka dia akan mendapatkannya (Al-Mahfudzot)
2. Dengan kegagalan kita bisa belajar, bagaimana kedepan lebih baik lagi. Jadi jangan pernah takut untuk gagal (Bob Sadino)
3. Segala sesuatu ditentukan oleh niatnya, jika niat kita baik maka hidup kita akan baik, mungkin tidak segera tetapi pasti (Mario Teguh)
4. Hidup terlalu singkat hanya untuk menyesal. Hidup hanya sekali, namun jika digunakan dengan baik, sekali saja cukup (Sudarno)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini untuk orang yang kusayangi:

1. Istri tercinta Endah Setyaningsih yang telah memberi dukungan dan doa serta semangat sampai saat ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tulisan ini.
2. Bapak Lijan selaku orang tua dan Alm. Bu Sartinem, kak Suji, kak Suti, dan Agus Sutio yang selalu memberikan doa serta dukungan dalam penyusunan tulisan ini.

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD KRADENAN
KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2015/2016**

Oleh:
Sudarno
NIM. 12604227036

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi karena siswa ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen belum pernah dilakukan tes keterampilan dasar bermain sepak takraw. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek dalam penelitian adalah peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen yang berjumlah 25 siswa. Instrumen penelitian ini menggunakan metode tes keterampilan dasar bermain sepak takraw yang terdiri dari tes sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading* dan *smash* (Arif Nugroho, 2015). Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk presentase.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 32% (8 siswa), “sedang” sebesar 44% (11 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (3 siswa).

Kata Kunci : *tingkat keterampilan, sepak takraw, siswa ekstrakurikuler*

KATA PENGANTAR

Hanya patut bersyukur kepada Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016”, dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian dan dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes., Ketua jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik.
4. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., Ketua Prodi PGSD Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dan fasilitas.

5. Bapak Prof. Dr. Hari Amirulloh Rachman, M.Pd., Pembimbing Akademik yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik.
6. Bapak Yudanto, M.Pd., pembimbing skripsi yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak kepala sekolah SD Negeri Kradenan, Turijan S.Pd yang telah membantu dalam penelitian ini hingga selesainya tulisan ini.
8. Kepala Sekolah, Guru, dan siswa SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016 yang telah memberikan kesempatan, waktu, dan tempat untuk melaksanakan penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Akhir kata semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Yogyakarta, Juni 2016
Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Keterampilan.....	8
2. Hakikat Permainan Sepaktakraw.....	11
3. Teknik Dasar Permainan Sepaktakraw.....	21
4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	29
5. Profil Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD N Kradegan.....	33
B. Penelitian yang Relevan	35
C. Kerangka Berpikir	37

BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	40
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
C. Subjek Penelitian	41
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	41
E. Teknik Analisis Data	43
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	44
1. Deskripsi Waktu dan Subjek Penelitian	44
2. Deskripsi Data Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	57
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi Hasil Penelitian	62
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	63
D. Saran-saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Validitas dan Reliabilitas Tes Sepaktakraw Modifikasi.....	42
Tabel 2. Norma Penilaian Keterampilan Sepaktakraw	43
Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Bermain Sepaktakraw	45
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen..	45
Tabel 5. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakmula	47
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	48
Tabel 7. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepaksila.....	49
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepaksila Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	50
Tabel 9. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakkuda.....	51
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepakkuda Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	52
Tabel 11. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Heading</i>	53
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	54
Tabel 13. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Smash</i>	55
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan <i>Smash</i> Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran Lapangan Sepaktakraw	15
Gambar 2. Ukuran Tinggi Net Sepaktakraw	16
Gambar 3. Posisi Pemain Permainan Sepaktakraw.....	17
Gambar 4. Gerakan Sepak Sila	23
Gambar 5. Gerakan Sepak Kuda	25
Gambar 6. Gerakan Sepak Cukil.....	26
Gambar 7. Gerakan Menapak	27
Gambar 8. Gerakan <i>Heading</i>	27
Gambar 9. Gerakan Mendada	28
Gambar 10. Gerakan Memaha	29
Gambar 11. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen	46
Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	48
Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepaksila Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	50
Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepakkuda Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	52
Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	54

Gambar 16. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Smash</i> Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen	56
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	68
Lampiran 2. Surat Izin dari SD Kradenan Karanggayam Kebumen.....	69
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	70
Lampiran 4. Data Penelitian Keterampilan Bermain Sepaktakraw	83
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	84

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepaktakraw adalah suatu permainan yang dilakukan di atas lapangan empat persegi panjang, rata, baik di tempat terbuka (*outdoor*) maupun tertutup (*indoor*). Sebelum cabang permainan sepaktakraw dikenal oleh masyarakat Indonesia, di daerah-daerah telah berkembang permainan hampir sama dengan permainan sepaktakraw yang dinamakan sepakraga, yakni permainan anak negeri menggunakan bola yang terbuat dari rotan. Para pemain memainkan bola rotan dengan seluruh anggota badan kecuali dengan tangan seperti kaki, paha, dada, kepala, dan sebagainya. Dalam permainan ini seorang pemain hanya menunjukkan kemahiran dalam penguasaan bola supaya tetap lama dimainkan tanpa jatuh ke tanah.

Sejak tahun 1970 di Bogor, Dirjen Olahraga dan Pemuda sudah menginstruksikan agar permainan sepaktakraw dikembangkan di daerah-daerah termasuk di lingkungan sekolah di seluruh tanah air (Ratinus Darwin dan Penghulu Basa, 1992: 6). Seiring dengan berkembangnya permainan sepaktakraw, guru berusaha untuk mengembangkan permainan ini, sekolah merupakan wahana dan wadah yang tepat untuk pengembangan olahraga, di samping itu juga membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan peserta ekstrakurikuler sepaktakraw bisa dilakukan secara formal maupun non formal. Pembinaan sepaktakraw salah satunya dapat dilaksanakan di Sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Peran kegiatan ekstrakurikuler disamping memperdalam dan memperluas pengetahuan para siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran yang sesuai dengan program kurikulum, juga dapat membentuk upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai-nilai kepribadian para siswa. Kegiatan ekstrakurikuler diarahkan untuk membina serta meningkatkan bakat, minat, dan kemampuan. Kegiatan ini diharapkan dapat memunculkan siswa berprestasi, karena prestasi tidak diciptakan dalam waktu yang singkat.

Ekstrakurikuler sepak takraw SD Negeri Kradenan masih banyak kendala dari faktor sarana dan prasarana yang belum memadai belum adanya alat: seperti bola yang mencukupi dengan jumlah peserta yang mengikuti ekstrakurikuler. Selain itu fasilitas lapangan yang hanya ada satu lapangan sehingga peserta ekstrakurikuler belum secara maksimal dalam latihan. Ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan, kecamatan Karanggayam sudah berjalan sejak tahun 2015 mulai pukul 15.00 s.d 17.30 di lapangan sepak takraw halaman SD Kradenan . Hal ini sebagai upaya untuk mengembangkan hobi dengan tujuan anak dapat mengetahui cara permainan yang benar, dengan harapan anak memiliki prestasi dan dapat memajukan perkembangan olahraga sepak takraw. Kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan yang diikuti kelas atas terdiri atas 25 siswa, latihan dilaksanakan secara rutin setiap minggu 1 kali pada hari Rabu di halaman SD Kradenan.

Beragam-macam bentuk latihan dilaksanakan, mulai dari kemampuan dasar, kerjasama, dan taktik dalam bertanding. Agar dapat menguasai teknik dasar sepak takraw dengan baik membutuhkan waktu yang lama, masing-

masing siswa membutuhkan waktu yang tidak sama. Bakat, minat, dan kesungguhan dalam berlatih sangat menentukan keberhasilan dalam penguasaan permainan sepak takraw. Untuk dapat bermain sepak takraw secara mahir dituntut mempunyai kemampuan menguasai teknik dasar terlebih dahulu, karena dalam cabang olahraga apapun tanpa menguasai teknik dasar dapat dipastikan tidak dapat menguasai olahraga tersebut dengan baik. Begitu juga dengan sepak takraw, tanpa menguasai teknik dasar pasti tidak dapat bermain sepak takraw dengan baik.

Siswa SD Kradenan, kecamatan Karanggayam melakukan kegiatan sepak takraw pada hari Sabtu. Untuk mengetahui seberapa jauh siswa menguasai teknik dasar sepak takraw yang telah diajarkan oleh pembina dan efektivitas program latihan, maka perlu diadakan sebuah tes. Meskipun pembina mengetahui sistem penilaian tes keterampilan bermain sepak takraw, tetapi tes yang dilakukan pembina belum sesuai dengan prosedur yang ada dalam buku panduan. Sehingga seberapa jauh keberhasilan latihan yang dilakukan oleh siswa SD Kradenan, kecamatan Karanggayam sampai saat ini belum diketahui dengan jelas.

Evaluasi yang dilakukan pembina terhadap kemampuan siswa dalam bermain sepak takraw dengan mengamati saat permainan. Bahkan, ketika ingin mengikuti kompetisi dari sebuah pertandingan, pembina tidak melakukan seleksi terhadap pemain. Pemilihan dan penentuan pemain hanya dilakukan berdasarkan pengamatan saat latihan, sedangkan kemampuan dasar sepak takraw memiliki peran yang sangat penting terhadap keberhasilan

pembelajaran atau latihan. Selain mendapatkan informasi mengenai kemampuan masing-masing anggota, kemampuan bermain ini dapat dijadikan pula sebagai acuan penyusunan program latihan yang baik. Selain itu, hasil tes digunakan sebagai pedoman untuk menempatkan posisi anggota dalam formasi sebenarnya.

Dalam permainan sepak takraw ada berbagai macam teknik yang harus dikuasai oleh pemain agar dapat bermain sepak takraw dengan baik seperti : kemampuan sepak sila, sepak kuda, sepak mula (servis), *heading*, dan *smash*. Namun, tidak berarti prestasi sepak takraw hanya ditentukan oleh pemilik teknik dasar yang baik saja. Ada faktor-faktor lain yang menunjang peningkatan kemampuan dalam bermain sepak takraw. Bagi pemain sepak takraw, kebutuhan atau kemampuan fisik yang prima sangatlah esensial karena di dalam permainan sepak takraw dibutuhkan berbagai komponen fisik yang mendukung agar dapat bermain secara baik sehingga dapat mencapai hasil maksimal.

Adapun kebutuhan fisik yang diperlukan bagi pemain sepak takraw meliputi dua aspek yaitu pembinaan fisik secara umum dan pembinaan fisik secara khusus. Pembinaan fisik secara umum meliputi: daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan kelentukan. Sedangkan untuk pembinaan fisik secara khusus meliputi; stamina, koordinasi, keseimbangan, akurasi, automotisasi, dan komposisi tubuh. Selain itu, faktor mental pemain juga menentukan kualitas bermain.

Kemampuan dasar permainan sepak takraw memiliki peran yang sangat penting terhadap keberhasilan dalam bermain sepak takraw. Selain mendapatkan informasi mengenai kemampuan masing-masing siswa, keterampilan bermain ini dapat dijadikan pula sebagai acuan penyusunan program latihan yang lebih baik. Selain itu, hasil tes juga dapat digunakan sebagai pedoman untuk penempatan posisi anggota dalam formasi sebenarnya. Pemain yang memiliki kemampuan sepak sila dan sepak mula yang baik, pastinya akan ditempatkan sebagai tekong. Sedangkan yang memiliki kemampuan smash yang baik akan ditempatkan sebagai apit kanan atau kiri. Untuk itu, siswa perlu diadakan tes kemampuan yang memenuhi syarat valid, reliabel dan objektif untuk mengukur tingkat kemampuan teknik dasar sepak takraw masing-masing siswa agar guru dapat mendapatkan strategi dalam melatih yang lebih baik dan mendapatkan pemain dalam posisi yang tepat saat bermain sesuai dengan kemampuannya. Sehingga setiap pemain dapat mengembangkan kemampuannya dalam bermain sepak takraw sesuai dengan karakter dalam bermain.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tingkat keterampilan bermain sepak takraw siswa peserta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan. Penelitian ini menjadi sangat penting dan layak dilakukan, karena penelitian ini merupakan penelitian awal untuk memperoleh informasi yang lebih komprehensif terhadap hasil dalam latihan bermain sepak takraw yang dilakukan.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi berdasarkan latar belakang masalah, maka dalam penelitian ini yaitu:

1. Penilaian yang dilakukan pembina hanya melalui pengamatan mata saat latihan.
2. Perlunya ketersediaan sarana dan prasarana dalam latihan sepak takraw ekstrakurikuler di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.
3. Perlunya pengembangan pengetahuan dan melatih sepak takraw bagi guru penjas di SD Kradenan Karanggayam Kebumen.
4. Belum diketahui tingkat ketrampilan dasar peserta putra pada ekstrakurikuler SD Kradenan Karanggayam Kebumen.

C. Batasan Masalah

Permasalahan yang dibahas menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan waktu, biaya dan kemampuan, masalah dalam skripsi ini difokuskan pada tingkat kemampuan dasar bermain sepak takraw siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SD Kradenan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah akan lebih jelas arah dalam penelitian perlu dirumuskan masalah sebagai berikut: Seberapa tinggi tingkat ketrampilan dasar bagi peserta putra pada ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan ?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan sepak takraw siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa dalam bermain sepak takraw yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw baik secara praktis maupun teoretis adalah sebagai berikut ini:

1. Teoretis

Sebagai bahan referensi untuk mengembangkan ekstrakurikuler bermain sepak takraw, sehingga dapat bersaing dan menjuarai kompetisi yang akan dilakukan.

2. Praktis

- a. Memberikan pengetahuan kepada guru atau pelatih dalam melakukan pemilihan siswa dalam mengikuti kompetisi sesuai dengan keterampilannya, dan sebagai panduan untuk mengoptimalkan bakat siswa sesuai dengan keahlian khusus dalam bermain sepak takraw
- b. Memberikan wahana kepada siswa untuk mengembangkan keahlian khusus dalam bermain sepak takraw dan memperdalam kajian tentang permainan dalam kegiatan bermain sepak takraw tersebut.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keterampilan

Setiap pemain membutuhkan keterampilan dalam bermain sepaktakraw, hal ini agar pemain tersebut dapat adaptasi dalam pertandingan sehingga menyelesaikan pertandingan tersebut dengan kemenangan. Tingkat keterampilan seseorang mencerminkan dari tingkat keahlian gerak tubuh dari pemain tersebut, sehingga tidak mungkin seseorang keterampilannya tidak baik tetapi ahli bermain sepaktakraw. Semakin tinggi tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas gerak tersebut maka semakin baik keterampilan orang tersebut.

Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra (2009: 47) berpendapat bahwa keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten untuk mencapai tujuan dengan efektif dan efisien. Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra (2009: 47) juga menambahkan penggolongan keterampilan yaitu: (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud. Pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa derajat keberhasilan dalam suatu permainan tergantung dari tingkat memaksimalkan keterampilan seorang.

Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra (2009: 57) membagi keterampilan menjadi tiga faktor yaitu:

a. Faktor proses belajar mengajar (*leaning process*)

Pembelajaran gerak proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

b. Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap orang mempunyai tingkat gerak berbeda-beda, baik dalam hal fisik maupun mental emosional. Perbedaan tersebut menyebabkan tingkat keterampilan berbeda-beda. Ada beberapa faktor pribadi yang menyebabkan tingkat pencapaian keterampilan, yaitu: ketajaman indra, persepsi, intelegensi, ukuran fisik, pengalaman masa lalu, kesanggupan, emosi, motivasi, sikap, jenis kelamin, usia, dan faktor-faktor kepribadian yang lain.

c. Faktor situasional (*situational factors*)

Faktor ini mempengaruhi kondisi pembelajaran, yang termasuk kedalam faktor situasional itu, antara lain seperti: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran yang berlangsung.

Sedangkan menurut Sudrajat Prawirasaputra (1999: 19-22), penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar. Keterampilan dasar tersebut secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor, dan (3) keterampilan manipulatif. Dari ketiga keterampilan dasar tersebut diuraikan sebagai berikut:

a. Keterampilan Lokomotor

Keterampilan untuk menggerakkan anggota badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ke tempat lain. Bentuk keterampilan dasar dominan dalam sepak takraw adalah berpindah tempat berupa gerakan melangkah, lari beberapa langkah, melompat dengan dua kaki, dan melompat dengan satu kaki. Keterampilan lokomotor ini harus didukung oleh kekuatan dan kecepatan serta *power* seperti untuk gerakan melompat.

b. Keterampilan non Lokomotor

Keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tetap berpegang pada pegangan. Makin tinggi titik berat dari bidang tumpu, makin labil keseimbangan seseorang. Keterampilan ini didukung oleh keseimbangan untuk mempertahankan posisi tubuh dan kekuatan otot tungkai yang dipakai sebagai penumpu.

c. Keterampilan Manipulatif

Keterampilan menggunakan anggota badan, tangan atau kaki untuk mengontrol bola. Karena dalam sepak takraw, bola terutama dimainkan dengan kaki dan anggota badan lain tidak boleh menggunakan tangan. Keterampilan manipulatif dominan dalam sepak takraw yaitu menyepak bola dengan kaki.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan yang didapat melalui proses belajar.

2. Hakikat Permainan Sepaktakraw

a. Pengertian Sepaktakraw

Permainan sepaktakraw dikenal masyarakat Indonesia di beberapa daerah yang ada di Indonesia seperti Kalimantan, Sumatra dan Sulawesi dengan sebutan sepak raga, yaitu permainan anak negeri yang dimana dalam memainkan sepak raga masih menggunakan bola yang terbuat dari rotan. Menurut Sudrajat Prawirasaputra (1999: 5), permainan sepaktakraw dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri dari 3 orang pemain yang bertugas sebagai tekong yang berdiri paling belakang, dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada di sebelah kiri dan kanan yang disebut apit kiri dan kanan.

Iyakrus (2012: 1) menyatakan bahwa Sepaktakraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan dimainkan di atas lapangan yang berukuran 13,42 m, dan lebar 6,1 m. Sepaktakraw merupakan cabang permainan asli dari melayu dan tumbuh berkembang di Indonesia serta meluas ke semenanjung Indo-cina dan Philipina. Setiap negara mempunyai mempunyai sebutan masing-

masing mengenai nama sepaktakraw, sebagai contoh di Cina/Tiongkok dikenal dengan nama "*Teng chew*", di Philipina disebut "*Sipa*", sedangkan di Malaysia dan Singapura disebut dengan "*Sepak raga*".

Pemahaman dasar bermain sepaktakraw merupakan sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi panjang. Lapangan tersebut dibatasi dengan net yang berada tepat melintang ditengah-tengah lapangan. Permainan ini dilakukan oleh dua regu atau kelompok dengan tujuan untuk memainkan bola, untuk saling mengembalikan bola rotan tersebut. Regu yang dapat memasukkan bola ke regu lain dan tidak bisa mengembalikan bola tersebut maka regu yang memasukkan bola mendapatkan poin.

Bermain sepaktakraw menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali bagian lengan. Permainan diawali dengan servis yang berada pada lingkaran servis, selanjutnya seorang pemukul bertugas melakukan servis menggunakan kakinya, pemain ini saat disebut dengan tekong. Servis dikatakan berhasil dilakukan apabila melewati net kemudian pihak lawan dapat mengembalikan bola tersebut maksimal tiga kali sentuhan baik seorang maupun rekan satu tim untuk memngembalikan bola tersebut diseberangkan di atas net agar jatuh diwilayah lapangan lawan.

Menurut Ucup Yusup (2004: 10), sepaktakraw merupakan sebuah permainan yang dilakukan di lapangan berukuran 13,4 M x 6,10 M yang dibagi dua garis dan net (jarring) setinggi 1,55 M sengan lebar 72 cm dan lubang jarring sekitar 4-5 cm. bola yang dimainkan terbuat dari rotan

atau *fiber glass* yang dianyam dengan lingkaran antara 42-44 cm. permainan ini dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jarring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri atas tiga orang pemain yang bertugas sebagai *tekong* yang berdiri paling belakang dan dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada di sebelah kiri dan kanan yang disebut *apit kiri* dan *kanan*.

Menurut Depdikbud (1999: 141), sepak takraw ialah bentuk permainan yang dimainkan dua regu masing-masing terdiri dari tiga pemain di atas lapangan seluas lapangan bulutangkis, menggunakan net dan bola yang terbuat dari rotan atau bahan sintesis dengan gerakan menyepak atau menggunakan seluruh anggota badan kecuali dengan tangan.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa olahraga sepak takraw merupakan sebuah permainan yang dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata baik di tempat terbuka (*outdoor*) maupun di ruang tertutup (*indoor*) yang bebas rintangan dan dimainkan oleh dua regu yang dibatasi dengan jarring (net).

b. Teknik Dasar Sepak takraw

Permainan sepak takraw mempunyai peraturan-peraturan tersendiri, sehingga akan membedakan permainan dengan olahraga yang lainnya. Husni Thamrin (1995: 5) mengatakan bahwa untuk melatih

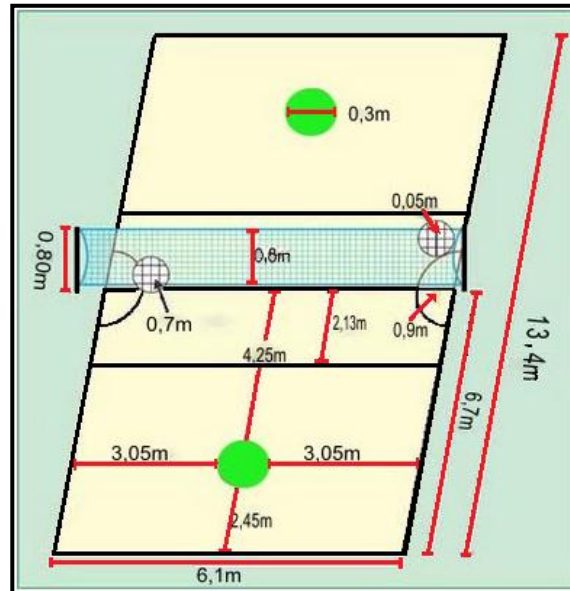
penguasaan teknik dan taktik permainan sepak takraw terutama bagi pemula harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah ke sukar, dari yang dikuasai ke yang belum dikuasai. Menurut Husni Thamrin, dkk., (2006: 6), unsur-unsur teknik dasar memainkan bola takraw adalah teknik menyepak, memainkan dengan kepala, memainkan dengan dada, memaha dan membahu

Peraturan bermain sepak takraw menurut Iyakrus (2012: 6-7) meliputi: lapangan bermain, bola, pemain, macam-macam sepakan, ana' sempa', permainan kombinasi dan cara penilaian. Selain peraturan dasar tersebut, terdapat peraturan lainnya yang harus diperhatikan untuk melakukan permainan sepak takraw, berikut ini peraturan permainan sepak takraw:

1) Lapangan

- a) Ukuran lapangan sepak takraw seukuran lapangan badminton yaitu 13,4 m x 6,1 m.
- b) Permainan dalam dilakukan di dalam maupun di luar gedung.
- c) Garis lapangan dapat menggunakan cat
- d) Terdapat area bebas minimal 3 m dari garis luar lapangan bebas
- e) Garis tengah dengan lebar 2 cm
- f) Garis seperempat lingkaran dipojok garis tengah radius 90 cm diukur dari garis sebelah dalam
- g) Lingkaran servis dengan radius 30 cm berada ditengah lapangan, jarak dari garis belakang 2,45 m dan jarak dari titik tengah garis

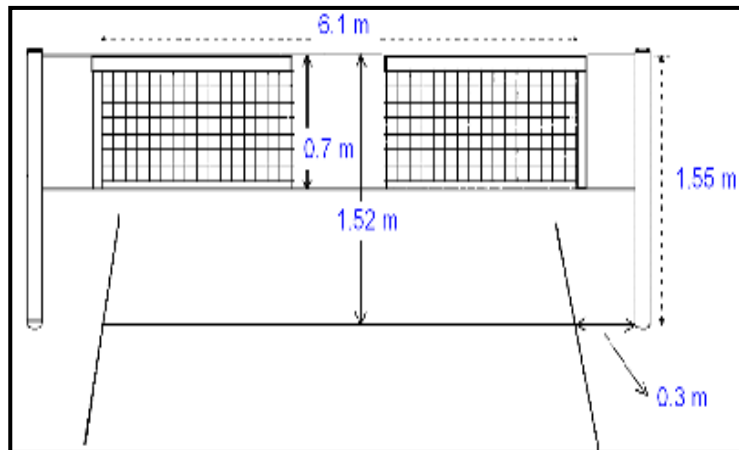
Lebih jelasnya dapat di lihat gambar berikut ini:



2) Ukuran tiang net

a) Putri: Tinggi net 1,45m dipinggir dan minimal 1,42 di bagian tengah.

b) Putra: Tinggi net 1,55m dipinggir dan minimal 1,52 di bagian tengah.



Gambar 2. Ukuran Tinggi Net Sepaktakraw
(sumber: <http://www.freewebs.com/sukansepaktakraw/jaring.gif>)

3) Jaring atau net

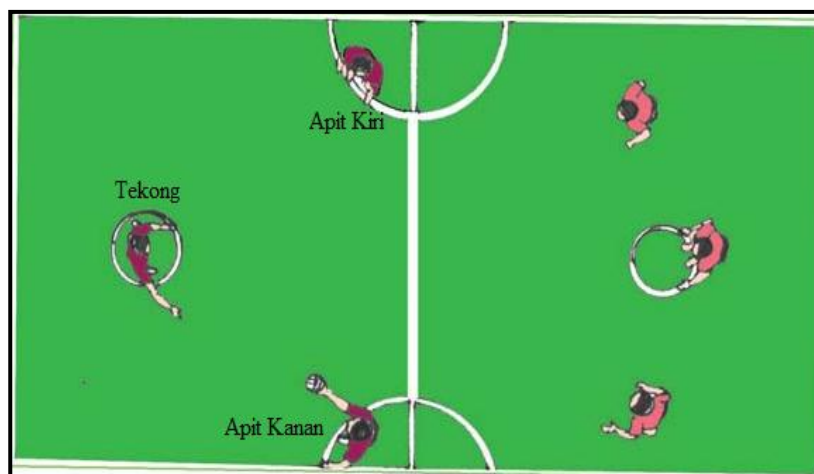
Net terbuat dari tali atau benang kuat atau nilon, dimana tiap lubangnya lebar 6 – 8 cm, dan lebar net 70 cm dengan panjang 6,10 m. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2.

4) Bola takraw

Bola takraw dapat terbuat dari plastik maupun rotan dengan ukuran: lingkaran 42-44 cm untuk putra dan 43-45 cm untuk putri, serta berat adalah 170-180 gr untuk putra dan 150-160 untuk putri.

5) Pemain

Permainan ini dimainkan oleh 2 (dua) regu masing-masing regu terdiri dari 3 (tiga) orang pemain dan disetiap regu dilengkapi oleh 1 (satu) orang pemain cadangan. 1 (satu) dari tiga pemain diposisi belakang/tekong sebagai penyepak mula untuk memulai permainan. Dua orang berada didepan yang berada pada sebelah kiri tekong disebut apit kiri dan yang berada pada sebelah kanan tekong disebut apit kanan.



Gambar 3. Posisi Pemain Permainan Sepaktakraw
(sumber: <https://sdnsemenkidul83.files.wordpress.com/2012/11/image002.png>)

6) Kesalahan dalam permainan

Permainan sepaktakraw selalu terjadi insiden kesalahan saat permainan berlangsung. Berikut ini kesalahan dalam permainan sepaktakraw:

a) Kesalahan kedua Pihak

Kesalahan kedua belah pihak yang terjadi adalah sebagai berikut: ada pemain yang mengambil bola dilapangan lawan; bola mengenai loteng atau pembatas lainnya; menahan atau menjepit bola antara lengan dan badan atau antara dua kaki dengan bola; memainkan bola lebih dari tiga kali; bola mengenai tangan; ada pemain yang melewati lapangan lawan, walaupun di atas atau dibawah net kecuali pada saat *The Follow Trugh Ball*; menginjak dan melewati satu telapak kaki garis tengah.

b) Kesalahan Pihak Penyepak Bola

Kesalahan pihak penyepak bola sangat sering terjadi, berikut ini kesalahan-kesalahan yang sering terjadi: Bola tidak melewati net; Bola jatuh diluar lapangan; pelambung masih memainkan bola, melemparkan bola pada teman sendiri, memantulkan, melempar dan menangkap lagi setelah wasit menyebut posisi angka; Tekong melompat saat melakukan service, kaki tumpuan tidak berada dalam lingkaran atau menginjak garis lingkaran servis; Apabila mengangkat kaki, menginjak garis, menyentuh atau melewati garis bawah net ketika melakukan lambung bola.; Bola menyentuh salah seorang pemain sendiri sebelum bola melewati net.

c) Kesalahan Pihak Penerima Servis

Kesalahan pihak penerima servis juga kadang terjadi yaitu Berusaha mengalihkan perhatian lawan seperti: (isyarat tangan, menggertak, bersuara keras atau membuat keributan).

7) Cara penilaian

Sepaktakraw adalah jenis permainan yang menentukan tim mana yang ditentukan sebagai pemenang dengan cara menentukan angka atau poin yang harus diperoleh oleh sebuah tim. Jika sebuah tim telah mencapai angka atau poin yang telah ditentukan, maka tim tersebut telah memenangkan set permainan sepaktakraw.

Menurut Ratinus Darwis dan penghulu Basa (1992: 104),

peraturan-peraturan yang berhubungan dengan angka atau poin:

- a) Angka kemenangan untuk satu set minimal 15 point dan maksimal 18 poin.
- b) Jika masing-masing regu menang satu set saja, maka harus dilakukan pertandingan pada set ke 3 untuk penentuan kemenangan (*Rubber set*). Dan diizinkan istirahat 5 menit di antara set ke 2 dan ke 3 tersebut. Pemenang games (*set*) ke-3 adalah pemenang pertandingan itu.
- c) Jika kedua regu mendapat 13-13 angka sama, maka regu yang terlebih dahulu mendapat angka 13 mempunyai hak tambahan 5 angka dan angka perolehan sama 14-14, regu yang lebih dahulu mendapatkan angka 14 berhak minta tambahan 3 angka untuk meneruskan permainan.
- d) Kesalahan pada penerima servis, maka otomatis akan memperoleh angka sekaligus melakukan sepak mula lagi bagi penyepak mula.
- e) Perhitungan menggunakan sistem *relly point*
- f) Kesempatan istirahat 2 menit masing-masing pada akhir set pertama atau kedua termasuk *Tie Break*.
- g) Apabila masing-masing regu memenangkan satu set, maka pemain akan dilanjutkan dengan set "*Tie Break*" dengan 15 poin kecuali pada posisi 14-14, pemenang akan ditentukan pada selisih dua angka sampai batas akhirnya angka 17
- h) Angka kemenangan setiap set maksimum 21 angka, kecuali pada saat posisi angka 20-20, pemenang akan ditentukan pada saat selisih dua angka sampai batas akhir 25 poin, ketika 20-20 wasit utama menyerukan batas angka 25 poin.

8) Posisi servis

Posisi servis harus diperhatikan dengan baik, yaitu saat melakukan sepak mula, salah satu kaki tekong berada dalam garis lingkaran servis, kedua apit berada pada seperempat lingkaran dan lawan bebas bergerak di dalam lapangan sendiri.

9) Pergantian pemain

Berikut ini adalah tatacara pergantian pemain pada permainan sepaktakraw:

- a) Setiap regu dapat menominasikan maksimum dua orang cadangan tetapi hanya boleh melakukan pergantian pemain 1 kali.
- b) Pergantian pemain diperbolehkan setiap saat ketika bola mati melalui tim manajer atau pelatih yang disetujui oleh *official* atau petugas pertandingan.
- c) Setiap reguhanya dapat melakukan 1 (satu) kali pergantian pemain dalam satu pertandingan.
- d) Pemain yang mendapat kartu merah dapat diganti dengan ketentuan belum ada pergantian pemain sebelumnya.

10) *Official*

Official dapat juga diartikan petugas pertandingan, dalam pertandingan sepaktakraw resmi membutuhkan: 2 orang teknisi delegasi, 6 juri, 1 orang petugas bebas, 2 orang wasit yaitu utama dan wasit kedua, 6 orang penjaga garis samping dan belakang.

11) Pelanggaran

Pelanggaran yang dilakukan, akan mendapatkan sanksi yang berlaku sesuai dengan perturan dalam perlombaan. Hukuman didalat dari pernyataan wasit. Beriku adalah hukuman yang sering terjadi:

- a) Tidak sopan selama pertandingan
- b) Memprotes keputusan wasit dengan keras
- c) Meningglkan lapangan tanpa ijin wasit
- d) Memberikan bola kepada pihak lawan dengan kaki atau melemparkannya dengan keras

- e) Kartu kuning sebagai tanda peringatan seorang pemain yang melakukan pelanggaran tata tertib
- f) Kartu merah diberikan apabila: pemain mendapatkan kartu kuning kedua, menggunakan kata-kata kotor, tidak sopan karena memukul, menendang ataupun meludah

3. Teknik Dasar Permainan Sepaktakraw

Seseorang yang ingin bermain sepaktakraw harus mempunyai kemauan dan kerja keras dalam latihan bermain sepaktakraw. Kemauan dan kerja keras akan membuat ia menjadi terampil dalam bermain sepaktakraw. Tahap yang harus dilakukan untuk mengasah keterampilan sepaktakraw adalah menguasai teknik dasar bermain sepaktakraw. Teknik dasar bermain sepaktakraw merupakan kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu bagi setiap pemain. Tanpa menguasai kemampuan dasar atau teknik dasar, maka permainan sepaktakraw tidak dapat dimainkan dengan baik. Agar dapat melatih penguasaan teknik dan taktik permainan sepaktakraw harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah sampai ke yang sulit. Oleh karena itu, dalam usaha menguasai dan meningkatkan keterampilan teknik sepaktakraw harus dilakukan latihan secara kontinyu, sistematis dan metodis.

Upaya untuk dapat bermain sepaktakraw yang baik haruslah mengenal dan mampu menguasai keterampilan yang baik tentang dasar bermain sepaktakraw. Untuk itu atlet harus menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepaktakraw. Menurut Suhud dalam Husni Thamrin, dkk.

(1995: 5), mengatakan bahwa untuk melatih penguasaan teknik dan taktik permainan sepak takraw terutama bagi pemula harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah ke yang sukar, dari yang dikuasai ke yang belum dikuasai.

Sedangkan menurut Sudrajat Prawirasaputra (1999: 24) teknik sepak takraw meliputi sepakan, yaitu: sepak sila, sepak kuda, sepak badek, sepak cungkil, *heading* (sundulan kepala), memaha, mendada, menapak, sepak mula (*service*), *smash*, dan *blocking*. Menurut Ratinus Darwis dan Penghulu Basa (1992: 15) "teknik dasar sepak takraw terdiri dari: sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, menapak, sepak badek, *heading*, mendada, menahan, membahu".

M. Husni Thamrin (2008: 4-17), bahwa teknik dasar bermain sepak takraw dibagi menjadi empat, yaitu sepakan (menyepak), main kepala (*heading*), mendada, dan memaha. Ke empat teknik dasar tersebut akan dijelaskan lebih rinci sebagai berikut:

a. Sepakan

Sepakan merupakan kemampuan seorang pemain untuk menyepak. Setiap pemain sepak takraw harus dapat menguasai sepakan, karena setiap aspek dalam permainan sepak takraw sebagian besar menggunakan teknik sepakan. Sepakan mempunyai beberapa jenis, berikut ini adalah beberapa jenis dari sepakan:

1) Sepak sila

Sepak sila adalah menimang bola takraw menggunakan kaki bagian dalam. Sepaksila digunakan untuk menerima dan menguasai bola mengumpan untuk serangan *smash* dan untuk menyelamatkan serangan lawan. Teknik melakukan sepak sila (M. Husni Thamrin, 2008: 4), adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan kaki dua kaki terbuka
- b) Kaki sepak digerakan melipat setinggi lutut kaki tumpu.
- c) Bola disentuh dengan kaki bagian dalam.
- d) Kaki tumpu agak ditekuk sedikit, badan dibungkukkan sedikit.
- e) Mata melihat tertuju kepada bola.
- f) Kedua tangan dibuka dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- g) Pergelangan kaki sepak pada pada waktu menyepak dikencangkan.
- h) Bola disepak ke atas lurus melewati tinggi kepala.

Teknik-teknik dalam melakukan latihan sepak sila bertujuan untuk servis, menerima *smash*, dan menyuguhkan umpan kepada *smasher*.



Gambar 4. Gerakan Sepak Sila
(Sumber: Ratinus Darwis dan Penghulu Basa, 1992: 61)

2) Sepak kuda

Sulaiman (2004: 19), sepak kuda atau sepak kura adalah sepakan dengan menggunakan kura kaki atau dengan punggung kaki. Sepak kura digunakan untuk memainkan bola yang datangnya rendah dan kencang (keras) atau menyelamatkan bola dari serangan lawan, untuk bertahan atau menguasai dalam usaha menyelamatkan bola dari serangan lawan supaya tidak jatuh. Teknik melakukan sepak kura atau sepak kuda adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu.
- b) Jarak badan terhadap bola kurang lebih sejauh panjang lengan, karena kaki pemukul pada posisi punggung kaki, sehingga cenderung kaki agak lurus.
- c) Lutut kaki sepak dibengkokkan sedikit sambil ujung jari kaki mengarah kelantai, kaki tendang diangkat kearah bola yang datang.
- d) Bola disentuh pada bagian bawahnya, dengan bagian atas kaki (punggung kaki).
- e) Badan dibungkukan sedikit, kaki tumpu agak ditekuk.
- f) Kedua tangan dibukak dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- g) Bola disepak ke atas setinggi lutut.



Gambar 5. Gerakan Sepak Kuda
(sumber; <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/servis01.gif>)

3) Sepak cangkil

Ratinus Darwis dan Penghulu Basa (1992: 26), sepak cangkil adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki (jari kaki). Digunakan untuk mengambil bola yang jauh, rendah dan bola-bola yang liar pantulan dari *bloking*. Berikut ini adalah teknik melakukan sepak cangkil:

- a) Pemain berdiri pada kedua kaki menghadap kedatangan bola.
- b) Kedatangan bola yang cepat sehingga pemain tidak sempat melangkahkan kaki untuk berdiri dengan tempat bola akan jatuh. Oleh karena itu upaya terakhir dari pemain adalah dengan cara menjangkau dengan melangkahkan kaki kanan jauh ke depan untuk menyambut kedatangan bola yang hampir menyentuh lantai.
- c) Ujung kaki khususnya jari kaki sangat berperan untuk mengangkat bola dengan “cungkilan”.

- d) Fungsi sepak cangkil adalah sebagai upaya mengangkat bola yang hampir menyentuh tanah dan jatuh dari jangkauan kaki.



Gambar 6. Gerakan Sepak Cukil
(sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/sepak001.jpg>)

4) Menapak

Ratinus Darwis dan Penghulu Basa (1992: 29), menapak adalah menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki. Digunakan untuk: *smash* ke pihak lawan, menahan atau membloking *smash* dari pihak lawan dan menyelamatkan bola dekat net (jaring). Berikut ini adalah teknik melakukan menapak:

- a) Pemain berdiri pada kedua kaki menghadap kedatangan bola.
- b) Pemain melakukan lompatan dan ayunan kaki untuk menjangkau bola yang melambung di atas bibir net kemudian ditekan oleh telapak kaki sehingga bola akan jatuh di daerah lawan.
- c) Fungsi menapak bola ini adalah sebagai alat serangan dengan cara menekan bola (umpan) yang berada di bibir net.



Gambar 7. Gerakan Menapak
 (sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/takraw37.gif>)

b. Main kepala

Main kepala merupakan memainkan bola menggunakan kepala, dengan tujuan untuk memberi umpan, smash ke lapangan lawan, atau menyerang balik. Teknik main kepala dapat menggunakan dahi maupun samping kanan kepala.

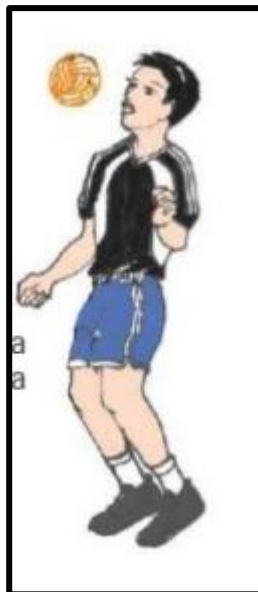


Gambar 8. Gerakan *Heading*
 (sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/tanduk01.gif>)

c. Mendada

Mendada merupakan memainkan bola menggunakan dada. Mendada digunakan untuk menerima serangan lawan dan heading menggunakan dada dan ditujukan untuk melakukan permainan selanjutnya. Menurut M. Husni Thamrin (2008: 16), teknik mendada adalah sebagai berikut:

- 1) Berdiri dengan kedua kaki, dan salah satu kaki agak kebelakang
- 2) Badan dilentikkan sedikit kebelakang
- 3) Mata melihat tertuju pada bola yang datang
- 4) Bola disentuh dengan bagian dada
- 5) Untuk menjaga kesimbangan kedua tangan dibuka
- 6) Bola yang datang diterima dengan dada diarahkan ke atas.



Gambar 9. Gerakan Mendada
(sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/tanduk01.gif>)

d. Memaha

Memaha merupakan teknik memainkan bola menggunakan paha dalam usaha mengontrol bola yang akan diterima. Memaha juga dapat

digunakan untuk menahan, menerima, menyelamatkan dari serangan lawan serta membentuk dan menyusun serangan.



Gambar 10. Gerakan Memaha
(sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/tanduk01.gif>)

4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Siswa Sekolah Dasar merupakan fase dimana adanya perubahan tingkat berpikir dan perubahan jasmani. Menurut Rita Eka Izzaty (2008: 116-117), masa kanak-kanak akhir dapat dibagi menjadi dua fase dan setiap fase mempunyai ciri-ciri tersendiri. Berikut ini fase perubahan pada siswa Sekolah Dasar:

- a. Masa kelas rendah Sekolah Dasar
Pada masa ini berlangsung pada usia 6/7 tahun sampai dengan 9/10 tahun, dan biasanya mereka duduk di kelas 1, 2, dan 3 Sekolah Dasar. Ciri-ciri masa ini adalah:
 - 1) Adanya hubungan yang kuat antara jasmani dan prestasi sekolah
 - 2) Suka memuji diri sendiri
 - 3) Apabila tidak dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan, maka tugas tersebut dianggap tidak penting
 - 4) Suka meremehkan orang lain.

b. Masa kelas tinggi Sekolah Dasar

Pada masa ini berlangsung pada usia 9/10 sampai dengan 12/13 tahun, dan biasanya mereka duduk pada kelas 4,5, dan 6 di Sekolah Dasar. Ada masa ini mempunyai ciri-ciri, yaitu:

- 1) Perhatiannya tertuju pada kehidupan praktis sehari-hari
- 2) Ingin tahu, ingin belajar, dan realistis
- 3) Timbul pada pelajaran-pelajaran khusus
- 4) Anak memandang bahwa nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajar
- 5) Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Penyataan di atas secara tidak langsung disetujui oleh Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih (2008: 21) berkaitan dengan pendidikan anak usia SD, seorang guru perlu mengetahui benar sifat-sifat serta karakteristik tersebut agar dapat memberikan pembinaan dengan baik dan tepat. Anak SD memiliki rentang usia antara 6 sampai 12 tahun, yang berada dalam masa yang banyak mengalami perubahan baik fisik maupun mental. Perkembangan fisik intelektual anak usia 6-12 tahun nampaknya cenderung lamban. Pertumbuhan fisik anak menurun terus, kecuali pada akhir periode tersebut, sedangkan kecakapan motorik terus.

Menurut Syamsu Yusuf (2004:4) pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif anak-anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa ini diperinci lagi menjadi dua fase yaitu:

a. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, kira-kira 6-7 tahun sampai umur 9 atau 10 tahun. Beberapa sifat anak-anak pada masa ini antara lain seperti berikut:

- 1) Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi (apabila jasmaninya sehat banyak prestasi yang diperoleh).
- 2) Sikap tunduk kepada pertauran-peraturan permainan yang tradisional.

- 3) Adanya kecenderungan memuji diri sendiri (menyebut nama sendiri).
 - 4) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain.
 - 5) Apabila tidak dapat menyelesaikan masalah suatu soal, maka soal itu dianggap tidak penting.
 - 6) Pada masa ini (terutama usia 6,0-8,0 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- b. Masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar, kira-kira umur 9,0 atau 10,0 sampai umur 12,0 atau 13,0 tahun. Beberapa sifat khas anak-anak pada masa ini ialah:
- 1) Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
 - 2) Amat realistik ingin mengetahui, ingin belajar.
 - 3) Menjelang masa akhir ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor (bakat-bakat khusus).
 - 4) Sampai kira-kira umur 11,0 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Selepas umur ini pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha untuk menyelesaikannya.
 - 5) Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
 - 6) Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi terikat kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri.

Masa anak usia sekolah dasar dalam usia (sekitar 6-12 tahun) dan siswa kelas atas berusia 10-12 tahun merupakan tahap perkembangan selanjutnya. Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda dimana ia lebih senang bermain, senang bergerak, senang bekerja kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Menurut Havighurst yang dikutip Desmita (2010: 35) menjelaskan tugas perkembangan anak usia sekolah dasar meliputi:

- a. Menguasai keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan dan aktivitas fisik.
- b. Membina hidup sehat.
- c. Belajar bergaul dan bekerja dalam kelompok.
- d. Belajar menjalankan peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin.
- e. Belajar membaca, menulis, dan berhitung agar mampu berpartisipasi dalam masyarakat.
- f. Memperoleh sejumlah konsep yang diperlukan untuk berfikir efektif.
- g. Mengembangkan kata hati dan moral.
- h. Mencapai kemandirian pribadi.

Melihat karakteristik anak-anak sekolah dasar yang masih suka bermain, meniru, serta mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi maka sangatlah diperlukan pengawasan serta pemberian contoh yang baik dari seorang guru agar anak dapat terdidik dengan konsep yang benar. Suatu hal yang penting dalam hal ini ialah sikap anak terhadap otoritas kekuasaan, khususnya dari orang tua dan guru sebagai suatu hal yang wajar. Anak dalam usia ini cenderung menunjukkan untuk dapat berkuasa dan mencari teman sebaya untuk berkelompok dan menjadi dorongan untuk bersaing antar kelompok yang disebut masa "*competitive socialization*".

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap anak yang mengalami proses pendidikan pada sekolah dasar juga akan mengalami proses perubahan pada sikap dan perilaku. Umur, pergaulan, dan tingkat kelas juga mempengaruhi kematangan siswa dalam melakukan tanggung jawab. Di lihat dari kesimpulan tersebut maka penilaian tingkat keahlian akan ditujukan kepada siswa dengan masa yang tinggi pada Sekolah Dasar.

5. Profil Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Menurut Moh. Uzer Usman (1993: 22) ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Menurut Tri Ani Hastuti (2008: 63), bahwa ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu.

Menurut Depdiknas (2006: 54) kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pembelajaran di luar kegiatan intrakurikuler yang diselenggarakan secara kontekstual dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan untuk memenuhi tuntutan penguasaan kompetensi pelajaran, pembentukan karakter dasar dan peningkatan kecakapan hidup yang alokasi waktunya diatur tersendiri berdasarkan pada kebutuhan dan kondisi sekolah.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah tempat atau wahana kegiatan bagi siswa untuk

menampung, menyalurkan dan pembinaan minat, bakat serta kegemaran yang berkaitan dengan program kurikulum, dan dilaksanakan di luar jam sekolah.

b. Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan

SD Kradenan merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki kepedulian terhadap kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Kradenan masih berjalan dengan baik dikarenakan siswa yang mengikuti cukup banyak dan sarana prasarana kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Kradenan cukup memadai. Kegiatan ekstrakurikuler di SD Kradenan ditangani oleh guru pendidikan jasmani sebagai pembina sekaligus pelatih. Ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan, kecamatan Karanggayam sudah berjalan sejak tahun 2015 mulai pukul 15.00 s.d 17.30 di lapangan sepaktakraw halaman SD Kradenan . Hal ini sebagai upaya untuk mengembangkan hobi dengan tujuan anak dapat mengetahui cara permainan yang benar, dengan harapan anak memiliki prestasi dan dapat memajukan perkembangan olahraga sepaktakraw. Kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan yang diikuti kelas atas terdiri atas 25 siswa, latihan dilaksanakan secara rutin setiap minggu 1 kali pada hari Rabu di halaman SD Kradenan.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian yang sejenis dengan masalah dalam penelitian yang dilakukan oleh M. Husni Thamrin dan Yudanto pada tahun 2006 adalah "*Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*". Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan yang pada tahun 2005/2006 mengambil Matakuliah Sepaktakraw, seluruhnya berjumlah 127 mahasiswa. Dengan teknik pengambilan data menggunakan tes, yaitu tes buatan M. Husni Thamrin, dkk. (1995) yang terdiri atas: (1) sepak mula, (2) sepaksila, (3) sepak kuda, (4) *heading*, dan (5) *smash*. Hasilnya menunjukkan 9 orang atau 7,1% berkategori "*Baik Sekali*", 85 orang atau 66,9% berkategori "*Baik*", 31 orang atau 24,4% berkategori "*Sedang*", dan sebanyak 2 orang atau 1,6% berkategori "*Kurang*".
2. Ari Widodo (2012) yang berjudul "*Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Siswa Putra SD Negeri Magulung Lor Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo*". Penelitian ini dilakukan terhadap Siswa Putra SD Negeri Magulung Lor pada semester ganjil tahun 2012/2013, sebanyak 26 siswa dan semuanya dijadikan penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan metode survei dan teknik tes yang digunakan adalah tes baku keterampilan bermain sepaktakraw buatan M. Husni Thamrin, dkk (1995)

yang terdiri atas: (1) sepak mula, (2) sepaksila, (3) sepak kuda, (4) *heading*. Tes ini merupakan materi tes yang telah dimiliki tingkat validitas tes, yaitu sepak mula: 0,368, sepaksila: 0,720, sepak kuda: 0,729, dan *heading*: 0,577, keterandalan instrument 0,742. Hasilnya menunjukkan 16 siswa atau 62,1% mendapatkan kategori ”*Baik*”, 10 siswa atau 37,9%. Dengan hasil bahwa sebagian tingkat keterampilan bermain sepak takraw siswa putra SD Negeri Magulung Lor Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo berkategori ”*Baik*”.

3. Arif Nugroho L (2015) yang berjudul “*Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri 1 Bejiruyung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen*”. Permasalahan yang terjadi di SD Negeri 1 Bejiruyung pada ekstrakurikuler sepak takraw adalah sebagian siswa ada yang belum terampil melakukan sepak mula, sepaksila, sepak kuda, *heading* dan *smash* pada keterampilan dasar bermain sepak takraw pada diri peserta. Dasar bermain sepak takraw memiliki peran yang sangat penting terhadap keberhasilan dalam bermain sepak takraw. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SD Negeri 1 Bejiruyung. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri 1 Bejiruyung yang terdiri atas kelas IV, V, dan VI yang berjumlah 30 siswa putra. Instrumen penelitian ini

menggunakan metode tes keterampilan dasar bermain sepak takraw yang terdiri dari tes sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading* dan *smash* menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: (1) kategori sangat tinggi sebanyak 3 siswa atau sebesar 10%; (2) kategori baik sebanyak 6 siswa atau sebesar 20%; (3) kategori sedang sebanyak 11 siswa atau sebesar 37%; (4) kategori kurang sebanyak 10 siswa atau sebesar 33%; dan (5) tidak terdapat nilai sangat kurang atau 0%. Hasil nilai uji deskriptif didapatkan skor maksimal yang diperoleh sebesar 75,65 dan skor minimal 37,27 dengan skor rata-rata 50.

C. Kerangka Berpikir

Keterampilan dasar sepak takraw sangat diperlukan dalam bermain sepak takraw, baik keterampilan individu maupun keterampilan bermain secara tim. Untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan bermain sepak takraw yang baik. Kemampuan yang dimaksud adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw, meliputi menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala, memainkan bola dengan dada (mendada), memainkan bola dengan paha (memaha) dan memainkan bola dengan telapak kaki (menapak).

Kemampuan dasar di atas itu antara satu dengan yang lainnya merupakan satu-kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Tanpa menguasai kemampuan atau keterampilan dasar akan dimiliki dengan baik apabila berlatih dengan baik dan kontinyu. Namun tidak berarti bahwa prestasi sepak takraw itu

hanya ditentukan oleh teknik dasar yang baik saja. Faktor-faktor lainpun banyak yang menunjang peningkatan prestasi, seperti taktik dan mental dalam bermain. Dalam permainan sepak takraw menyepak adalah gerakan yang paling dominan. Keterampilan menyepak merupakan ibu dari permainan sepak takraw karena bola dimainkan terbanyak dengan menggunakan kaki, mulai dari permulaan permainan sampai membuat poin atau angka.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program pendidikan yang sangat memungkinkan untuk menjadi tempat pembinaan olahraga. Ekstrakurikuler dapat dijadikan sebagai media bagi siswa yang berbakat dalam bidangnya, khususnya sepak takraw untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuannya. Dengan pembinaan yang sistematis, diharapkan dari kegiatan ekstrakurikuler siswa dapat meningkatkan keterampilannya bersama tim sepak takraw SD Kradenan Kecamatan Karanggayam.

Pelaksanaan evaluasi dalam sebuah pembelajaran perlu dilakukan guna mengetahui seberapa jauh materi atau bakat yang sudah dimiliki oleh anggotanya. Hal ini sangatlah berguna bagi pembina untuk menentukan tindakan yang harus dilakukan dengan bertolak dari hasil evaluasi yang telah dilakukan. Tes kemampuan dasar bermain sepak takraw yang dilakukan terhadap SD Kradenan Kecamatan Karanggayam merupakan salah satu upaya yang dilakukan pembina atau guru untuk mengetahui kemampuan anggota klub khususnya kemampuan dalam menguasai teknik dasar Sepaktakraw. Dengan teridentifikasi dari tingkat kemampuan diharapkan dapat dijadikan cermin bagi pembelajaran dan pembinaan selanjutnya agar dapat meningkatkan prestasi

sepaktakraw khususnya untuk SD Kradenan Kecamatan Karanggayam umumnya serta berhasil dalam mencapai tujuan.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Menurut Sukardi (2003: 162) penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti sesuai dengan apa adanya, dengan tujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek yang diteliti secara tepat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Kecamatan Karanggayam. Skor yang diperoleh kemudian di analisis menggunakan teknik statistik yang dituangkan dalam bentuk persentase.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu analisis tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Kradenan Kecamatan Karanggayam. Dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan tingkat keterampilan bermain sepak takraw adalah tingkat kemahiran atau kecakapan yang dimiliki oleh seseorang dalam memainkan bola takraw sesuai dengan ketentuan yang ada dalam permainan sepak takraw yang diukur melalui tes keterampilan sepak takraw yang disusun oleh Arif Nugroho (2015) yang terdiri atas: sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*.

C. Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2006: 55) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Kradenan Kecamatan Karanggayam sebanyak 25 siswa. Jadi teknik pengambilan *sampling* dalam penelitian ini adalah *total sampling*/ penelitian populasi.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 136) instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan tes. Untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler SD Negeri Kradenan Kecamatan Karanggayam menggunakan instrumen tes keterampilan bermain sepak takraw dari M. Husni Thamrin yang dimodifikasi oleh Arif Nugroho L (2015) karena untuk menyesuaikan karakteristik siswa sekolah dasar.

Adapun yang dimodifikasi adalah sebagai berikut:

1. Tinggi net dari 1,55 meter diganti menjadi 1,35 meter
2. Sepaksila, sepakkuda, dan *heading* di dalam lingkaran lebar jari-jari 2 meter.

Tes ini mempunyai validitas dan reliabilitas masing-masing item yaitu:

Tabel 1. Validitas dan Reliabilitas Tes Sepaktakraw Modifikasi

No	Keterampilan	Validitas	Reliabilitas
1	Sepakmula	0,890	1,00
2	Sepaksila	0,889	0,733
3	Sepakkuda	0,906	0,776
4	<i>Heading</i>	0,930	0,744
5	<i>Smash</i>	0,923	0,807

(Arief Nugroho L, 2015)

Adapun instrumen dan satuan pengukurannya adalah:

1. Tes sepakmula, (servis untuk memulai permainan) satuan pengukurannya adalah berapa jumlah skor yang diperoleh oleh testi sebanyak 10 kali dalam 3 kali percobaan dan diambil skor yang terbaik.
2. Tes sepak sila (memainkan bola menggunakan kaki bagian dalam) satuan pengukurannya adalah berapa banyak testi dapat melakukannya dalam waktu 1 menit dalam 3 kali percobaan, dan diambil skor yang terbaik.
3. Tes sepak kura atau sepak kuda (memainkan bola menggunakan punggung kaki) satuan pengukurannya adalah seberapa banyak testi melakukannya selama 1 menit dalam 3 kali percobaan, dan diambil skor terbaik.
4. Tes *heading* (memainkan bola dengan menggunakan kepala) satuan pengukurannya adalah berapa banyak testi memainkan bola takraw dengan kepala selama 1 menit dalam 3 kali percobaan, dan diambil skor terbaik.
5. Tes *smash* satuan pengukurannya adalah jumlah nilai yang diperoleh berdasarkan jatuhnya bola takraw ke petak sasaran lapangan yang telah diberi angka sebanyak 10 kali dalam 3 kali percobaan, skornya diambil yang terbaik.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini diambil dari data tingkat keterampilan bermain sepak takraw melalui tes keterampilan sepakmula, sepak sila, sepak kuda, *heading* dan *smash*, yang masing-masing dilakukan tiga kali kesempatan dan diambil yang terbaik. Suharsimi Arikunto (1990:208) menyatakan bahwa: penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, maka teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif. Hasil kasar masing-masing item tersebut dirubah dalam *T-score*. Berikut ini rumus untuk mencari *T-score*:

$$T \text{ Skor} = 50 + \left(\frac{x - \bar{x}}{SD} \right) \cdot 10$$

Hasil T skor menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi. Untuk mengetahui batas nilai T skor tiap masing-masing kategori yaitu menggunakan skor baku (T skor). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T skor) dengan penilaian 5 kategori. Menurut Saifuddin Azwar (2001: 163) penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian Keterampilan Sepak takraw

No.	Rentangan Norma	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

SD : standar deviasi

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2001: 163)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Waktu dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2016. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen yang berjumlah 25 siswa.

2. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data penelitian diperoleh dari perhitungan skor yang didapat melalui tes keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen. Tes hasil keterampilan sepak takraw terdiri atas tes: (1) sepak mula; (2) sepak sila; (3) sepak kuda; (4) *smash*; (5) *heading*.

Tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, dan sangat kurang. Pengkategorian data didasarkan pada nilai *mean* dan *standar deviasi* hasil penghitungan. Data terlebih dahulu dikonversikan ke dalam *T-Score* untuk menyetarakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Hasil analisis data dalam penelitian ini berupa tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw dengan masing-masing item tes kemampuan bermain sepak takraw.

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 40,25, skor tertinggi (*maksimum*) 67,83, rerata (*mean*) 50,01, nilai tengah (*median*) 47,85, nilai yang sering muncul (*mode*) 40,25, standar deviasi (SD) 7,83. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Bermain Sepak takraw

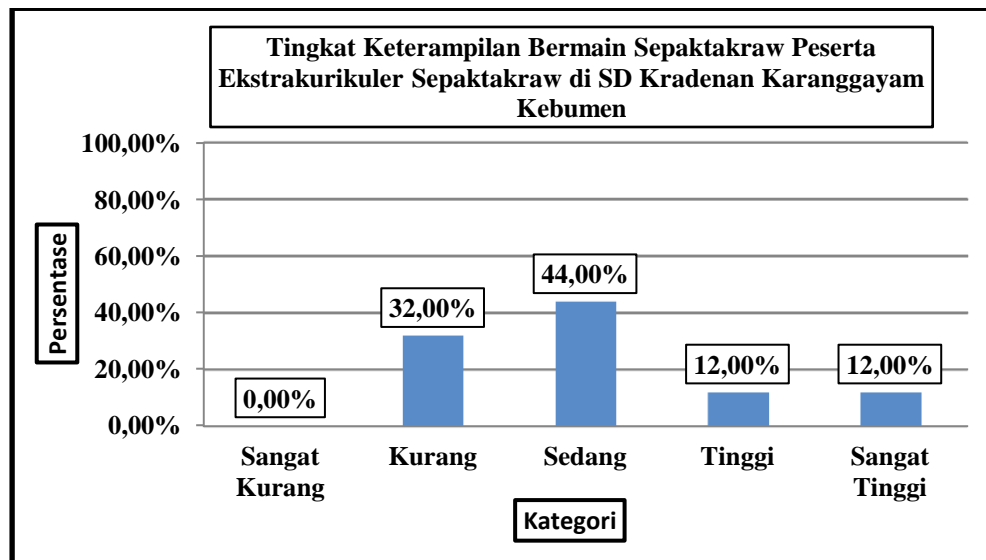
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	50,0121
<i>Median</i>	47,8580
<i>Mode</i>	40,25 ^a
<i>Std. Deviation</i>	7,83217
<i>Minimum</i>	40,25
<i>Maximum</i>	67,83

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Bermain Sepak takraw Peserta Ekstrakurikuler Sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$61,76 < X$	Sangat Tinggi	3	12%
2	$53,93 < X \leq 61,76$	Tinggi	3	12%
3	$46,10 < X \leq 53,93$	Sedang	11	44%
4	$37,24 < X \leq 46,10$	Kurang	8	32%
5	$X \leq 37,24$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4 tersebut di atas, tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 4 dan grafik 11 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 32% (8 siswa), “sedang” sebesar 44% (11 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (3 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 50,01 tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa penilaian tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen terdiri dari beberapa keterampilan, yaitu sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*. Masing-masing kategori keterampilan tersebut harus dideskripsikan sehingga tingkat keterampilan dapat terlihat dengan jelas. Berikut ini penjelasan mengenai masing-masing keterampilan bermain sepak takraw adalah sebagai berikut:

a. Sepakmula

Sepakmula merupakan teknik servis pada permainan sepak takraw. Para peserta melakukan tes servis sebanyak tiga kali dan hasil tes diambil yang terbaik. Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 9,0, skor tertinggi (*maksimum*) 37,0, rerata (*mean*) 18,76, nilai tengah (*median*) 18,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 16,0, *standar deviasi* (SD) 5,95. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakmula

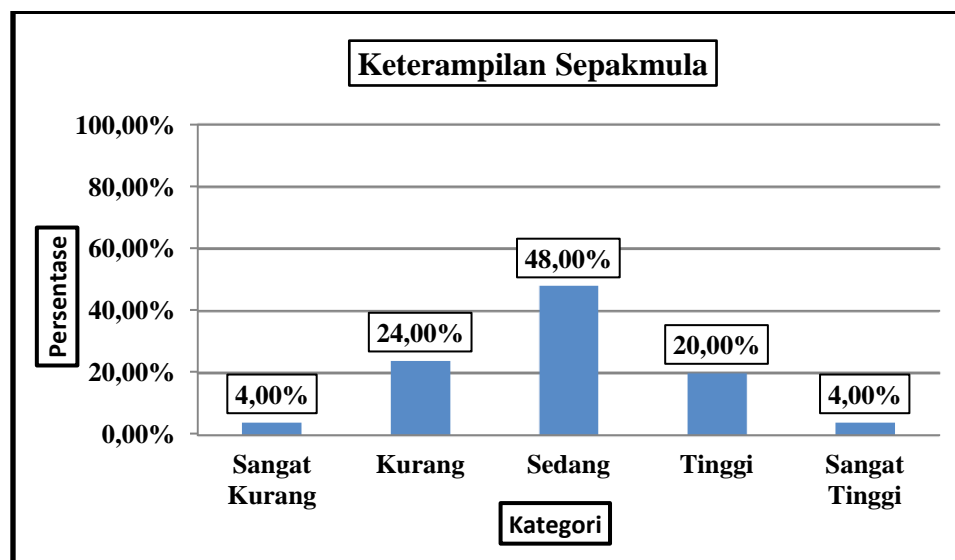
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	18,7600
<i>Median</i>	18,0000
<i>Mode</i>	16,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	5,95315
<i>Minimum</i>	9,00
<i>Maximum</i>	37,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepakakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$27,69 < X$	Sangat Tinggi	1	4%
2	$21,74 < X \leq 27,69$	Tinggi	5	20%
3	$15,78 < X \leq 21,74$	Sedang	12	48%
4	$9,83 < X \leq 15,78$	Kurang	6	24%
5	$X \leq 9,83$	Sangat Kurang	1	4%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 6 tersebut di atas, tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepakakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 6 dan grafik 12 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 24% (6 siswa), “sedang” sebesar 48% (12 siswa), “tinggi” sebesar 20% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 18,76 tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

b. Sepaksila

Sepaksila merupakan teknik menimang bola pada permainan sepaktakraw. Peserta melakukan tes menimang bola selama satu menit dan dilakukan sebanyak tiga kali dan hasil tes diambil yang terbaik. Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 11,0, skor tertinggi (*maksimum*) 26,0, rerata (*mean*) 17,08, nilai tengah (*median*) 17,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 17,0, *standar deviasi* (SD) 4,05. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepaksila

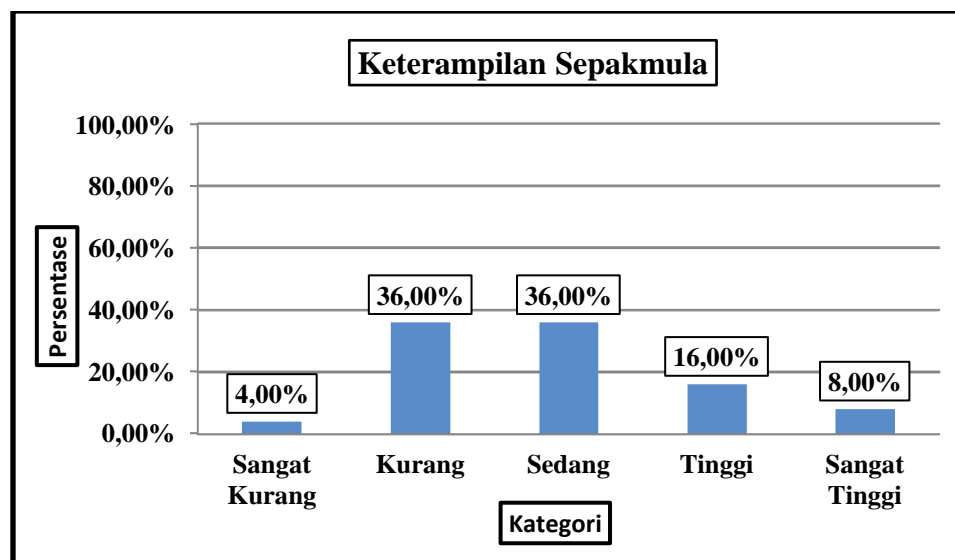
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	17,0800
<i>Median</i>	17,0000
<i>Mode</i>	14,00
<i>Std. Deviation</i>	4,05093
<i>Minimum</i>	11,00
<i>Maximum</i>	26,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$23,16 < X$	Sangat Tinggi	2	8%
2	$19,11 < X \leq 23,16$	Tinggi	4	16%
3	$15,05 < X \leq 19,11$	Sedang	9	36%
4	$11,00 < X \leq 15,05$	Kurang	9	36%
5	$X \leq 11,00$	Sangat Kurang	1	4%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 8 tersebut di atas, tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepakmula Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 8 dan grafik 13 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 36% (9 siswa), “sedang” sebesar 36% (9 siswa), “tinggi” sebesar 16% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 8% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 17,08 tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

c. Sepakkuda

Sepakkuda merupakan teknik sepakan bola menggunakan punggung kaki pada permainan sepaktakraw. Para peserta melakukan tes selama satu menit dan dilakukan sebanyak tiga kali dan hasil tes diambil yang terbaik. Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 10,0, skor tertinggi (*maksimum*) 36,0, rerata (*mean*) 20,28, nilai tengah (*median*) 17,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 16,0, *standar deviasi* (SD) 6,76. Hasil selengkapnya pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakkuda

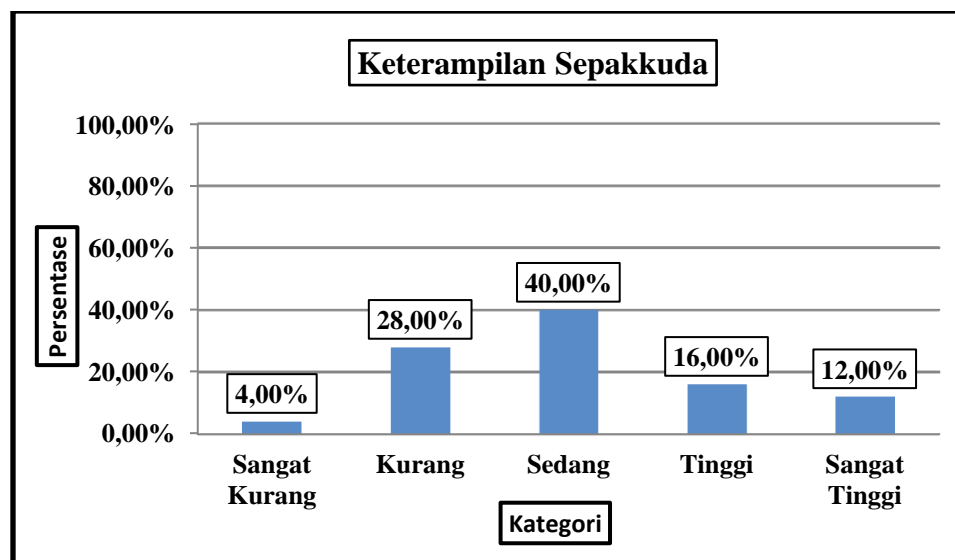
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	20,2800
<i>Median</i>	17,0000
<i>Mode</i>	16,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	6,76708
<i>Minimum</i>	10,00
<i>Maximum</i>	36,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Sepakkuda Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$30,43 < X$	Sangat Tinggi	3	12%
2	$23,66 < X \leq 30,43$	Tinggi	4	16%
3	$16,90 < X \leq 23,66$	Sedang	10	40%
4	$10,13 < X \leq 16,90$	Kurang	7	28%
5	$X \leq 10,13$	Sangat Kurang	1	4%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 10 tersebut di atas, tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepakkuda Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 10 dan grafik 14 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (2 siswa), “kurang” sebesar 28% (7 siswa), “sedang” sebesar 40% (10 siswa), “tinggi” sebesar 16% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 20,28 tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

d. *Heading*

Heading merupakan teknik menimang bola menggunakan kepala pada permainan sepaktakraw. Para peserta melakukan tes *heading* bola selama satu menit dan dilakukan sebanyak tiga kali dan hasil tes diambil yang terbaik. Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 12,0, skor tertinggi (*maksimum*) 27,0, rerata (*mean*) 17,04, nilai tengah (*median*) 17,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 18,0, standar deviasi (SD) 3,76. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11 berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Keterampilan *Heading*

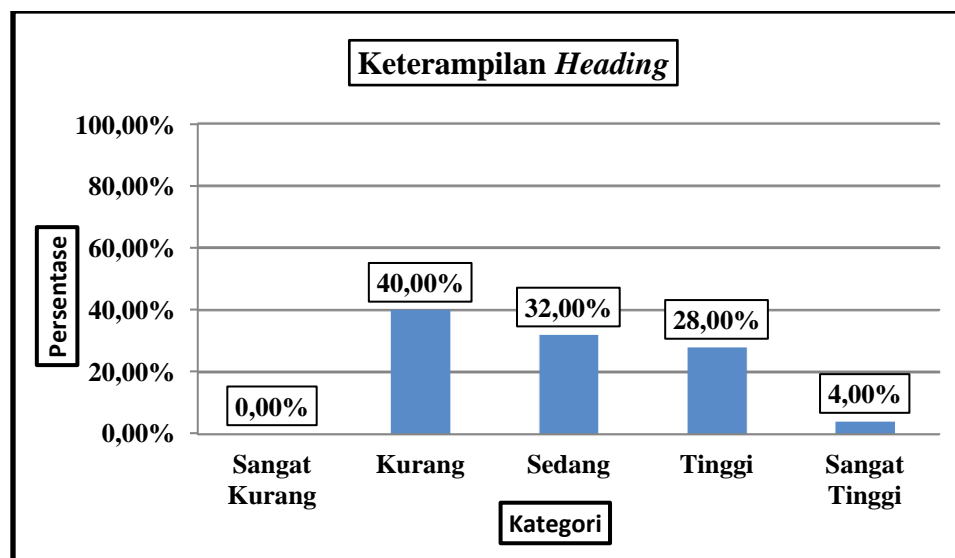
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	17,0400
<i>Median</i>	17,0000
<i>Mode</i>	18,00
<i>Std, Deviation</i>	3,75810
<i>Minimum</i>	12,00
<i>Maximum</i>	27,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan *Heading* Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$22,68 < X$	Sangat Tinggi	1	4%
2	$18,92 < X \leq 22,68$	Tinggi	7	28%
3	$15,16 < X \leq 18,92$	Sedang	8	32%
4	$11,40 < X \leq 15,16$	Kurang	10	40%
5	$X \leq 11,40$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 12 tersebut di atas, tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 15 sebagai berikut:



Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Heading* Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 12 dan grafik 15 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40 % (10 siswa), “sedang” sebesar 32% (8 siswa), “tinggi” sebesar 28% (7 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 17,04 tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

e. *Smash*

Smash merupakan teknik mengembalikan bola ke area permainan lawan pada permainan sepak takraw. Para peserta melakukan tes *smash* sebanyak tiga kali dan hasil tes diambil yang terbaik. Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen didapat skor terendah (*minimum*) 7,0, skor tertinggi (*maksimum*) 26,0, rerata (*mean*) 14,24, nilai tengah (*median*) 14,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 14,0, *standar deviasi* (SD) 14,24. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Keterampilan *Smash*

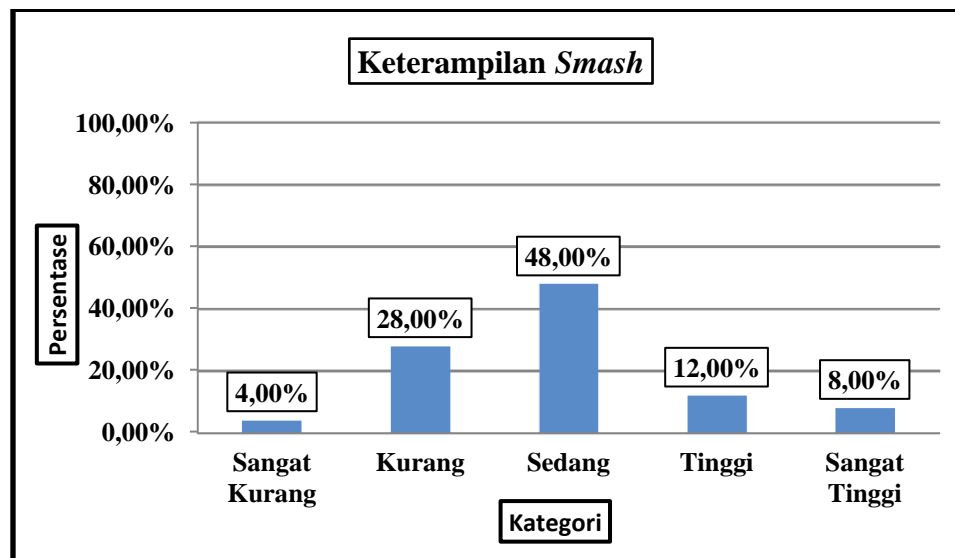
Statistik	
<i>N</i>	25
<i>Mean</i>	14,2400
<i>Median</i>	14,0000
<i>Mode</i>	16,00
<i>Std. Deviation</i>	4,65725
<i>Minimum</i>	7,00
<i>Maximum</i>	26,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan *Smash* Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$21,23 < X$	Sangat Tinggi	2	8%
2	$16,57 < X \leq 21,23$	Tinggi	3	12%
3	$11,91 < X \leq 16,57$	Sedang	12	48%
4	$7,25 < X \leq 11,91$	Kurang	7	28%
5	$X \leq 7,25$	Sangat Kurang	1	4%
Jumlah			25	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 14 tersebut di atas, tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat disajikan pada gambar 16 sebagai berikut:



Gambar 16. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Smash* Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen

Berdasarkan tabel 14 dan grafik 16 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 28% (7 siswa), “sedang” sebesar 48% (12 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 8% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 14,24 tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dalam kategori “sedang”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bermain sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen pada teknik sepakmuda, sepakgila, sepakguda, *heading*, dan *smash* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mempunyai tingkat keterampilan kurang sebanyak 9 siswa atau sebesar 36%, kategori sedang sebanyak 10 siswa atau sebesar 40%. Siswa yang mendapatkan predikat layak bermain sepaktakraw sebanyak 6 siswa yang terdiri dari kategori tinggi 12% dan sangat tinggi 12%.

Kategori sedang merupakan hasil sebagian besar yang diterima oleh siswa yang melaksanakan ekstrakurikuler bermain sepaktakraw. Hasil tersebut dapat dikarenakan beberapa faktor antara lain; (1) kurang memadainya sarana dan prasarana yang ada; (2) jadwal ekstrakurikuler yang diadakan sore hari sedangkan pada pagi harinya siswa juga melaksanakan kegiatan pembelajaran, sehingga mengalami kecapekan; dan (3) kurang adanya dukungan dari pihak

lain yang terkait dengan ekstrakurikuler sepakraw. Hal ini perlu menjadi perhatian dan tindak lanjut, sehingga siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat meraih prestasi yang membanggakan.

Lamanya latihan siswa sangat mempengaruhi tingkat keterampilan bermain sepaktakraw. Semakin lama berlatih, maka akan semakin baik juga tingkat bermain sepaktakraw. Akan tetapi, tidak semua siswa yang lama berlatih mempunyai tingkat kemampuan bermain sepaktakraw yang baik. tingkat kemampuan bermain sepaktakraw siswa dapat ditingkatkan dengan usaha keras dan intensitas latihan yang lebih lama. Hal ini sangat berkaitan dengan intensitas latihan yang diberikan kepada siswa. Apabila semakin tinggi intensitas latihannya, maka akan semakin baik pula hasil atau dampak dari latihan tersebut. Dan apabila semakin rendah intensitas latihannya, maka akan semakin buruk pula hasil atau dampak dari latihan tersebut dan bahkan sama sekali tidak ada peningkatan hasil latihan yang diberikan terhadap tingkat kemampuan bermain sepaktakraw.

Tingkat kemampuan bermain sepaktakraw SD Kradenan Karanggayam Kebumen sangat mungkin ditingkatkan dengan cara meningkatkan kemampuan tes yang memiliki. Meskipun dari tes yang diberikan siswa tidak sepenuhnya mendapat skor yang tinggi, namun ada hasil tes yang cukup tinggi. Sehingga dari tes yang mendapat skor tinggi tersebut dapat menutup kekurangan dari hasil tes lain yang mendapatkan skor rendah. Hal tersebut dapat dilakukan dengan latihan yang rutin dan terarah serta meningkatkan frekuensi bertanding, sehingga dapat melihat dan mengukur kemampuan bermain sepaktakraw secara

keseluruhan. Apabila dilihat dari item tes, hasil tersebut dapat digunakan sebagai acuan bagi pelatih untuk dapat meningkatkan atau mengembangkan bakat dan kemampuan siswa. Serta dalam menyusun program latihan, pelatih harus menyesuaikan atau menyeimbangkan porsi latihan dari item tes.

Dari lima teknik keterampilan sepak takraw yang dilakukan ada nilai teknik tertentu yang lebih menonjol dibanding teknik yang lain. Secara rinci dari kelima teknik keterampilan sepak takraw hasilnya sebagai berikut:

1. Tingkat keterampilan sepakmuda peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 24% (6 siswa), “sedang” sebesar 48% (12 siswa), “tinggi” sebesar 20% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4% (1 siswa).
2. Tingkat keterampilan sepakmuda peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 36% (9 siswa), “sedang” sebesar 36% (9 siswa), “tinggi” sebesar 16% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 8% (2 siswa).
3. Tingkat keterampilan sepakmuda peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (2 siswa), “kurang” sebesar 28% (7 siswa), “sedang” sebesar 40% (10 siswa), “tinggi” sebesar 16% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (4 siswa).

4. Tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40 % (10 siswa), “sedang” sebesar 32% (8 siswa), “tinggi” sebesar 28% (7 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4% (1 siswa).
5. Tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4% (1 siswa), “kurang” sebesar 28% (7 siswa), “sedang” sebesar 48% (12 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 8% (2 siswa)

Nilai sepakmula mempunyai nilai terbaik karena siswa merasa teknik sepakmula merupakan teknik yang paling mudah untuk dipelajari. Hasil penelitian yang dilakukan dapat digunakan oleh SD Kradenan Karanggayam Kebumen untuk menentukan siswa yang akan diikuti dalam perlombaan atau tim inti sepak takraw. Penentuan siswa dapat dilakukan dengan skor yang diperoleh siswa tersebut. Ada sebanyak 6 siswa yang layak untuk mengikuti perlombaan dengan 3 di antaranya sangat layak untuk mengikuti karena memiliki skor tertinggi diantara skor yang lainnya. Terdapat 10 siswa atau sebesar 40% yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw yang mempunyai predikat sedang atau bahkan kurang. Siswa tersebut harus dilatih lebih keras lagi, sehingga dapat bermain sepak takraw dengan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut harus berlatih

secara terus-menerus dengan teknik yang tepat agar dapat meningkatkan teknik dan mental dalam bermain.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, bahwa tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 36% (9 siswa), “sedang” sebesar 40% (10 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (3 siswa).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Dengan diketahui tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen dapat digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepaktakraw di sekolah lain.
2. Guru dan dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan keterampilan bermain sepaktakraw.
3. Penyusunan program latihan sepaktakraw harus lebih diatur lebih baik, sehingga setiap teknik keterampilan sepaktrakraw dapat dikuasai secara merata.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Keterbatasan waktu yang digunakan, karena kegiatan penelitian harus dilakukan dalam satu waktu.
2. Peneliti tidak bisa mengontrol secara teliti keadaan psikis siswa saat menjalani tes keterampilan sepak takraw.

D. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Perlu dibuatkan jadwal latihan sepak takraw secara intensif agar lebih terampil dalam bermain sepak takraw.
2. Pelatih menyelenggarakan pertandingan sepak takraw antar sekolah supaya siswa lebih semangat dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw
3. Gunakan penilaian secara tepat untuk memilih siswa untuk dikirim dalam perlombaan.
4. Peningkatan fasilitas sepak takraw perlu dilakukan untuk meningkatkan keterampilan siswa.
5. Perlu adanya dukungan dari pihak dalam maupun pihak luar agar olahraga sepak takraw dapat terarah dengan baik.

6. Pihak sekolah diharapkan melengkapi sarana dan prasarana seperti; bola, net dan garis dalam lapangan sepakakraw sehingga mampu meningkatkan prestasi yang lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra. (2009). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anonim. (2012). *Teknik-teknik Sepak Takraw*. Diakses dari <https://penahitamputih.wordpress.com/3-teknik-teknik-sepak-takraw/>. Pada tanggal 30 januari 2014, Jam 11.30 WIB.
- Anonim. (2012). *Sepak Takraw: Sejarah dan Penjelasan Tentang Sepak Takraw*. Diakses dari <https://sdnsemenkidul83.wordpress.com/materi/sepak-takraw/>. Pada tanggal 30 januari 2014, Jam 11.30 WIB.
- Anonim. (2010). *Teknik Dalam Sepak Takraw*. Diakses dari <http://sworldland.blog.com/2010/11/11/teknik-dalam-sepak-takraw/>. Pada tanggal 30 januari 2014, Jam 11.30 WIB.
- Ari Widodo. (2012). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Siswa Putra SD Negeri Magulung Lor Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo. Skripsi*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Arif Nugroho L. (2015). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri 1 Bejiruyung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Skripsi*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Depdiknas. (2006). *Panduan Pelaksanaan Program Kelas Olahraga*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama Dirjen Mendikdasmen.
- Depdikbud. (1999). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- M. Husni Thamrin. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepaktakraw*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- M. Husni Thamrin dan Yudanto. (2006). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Laporan Penelitian*. UNY.
- M. Husni Thamrin. (2008). *Bahan Ajar Mata Kuliah: Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Moh.Uzer Usman. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Iyakrus. (2012). *Permainan Sepaktakraw*. Palembang: Unsri Press.
- Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Ratinus Darwis dan Penghulu Basa. (1992). *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Rita Eka Izzaty. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Saifuddin Azwar. (2001). *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes dan Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Sudrajat Prawirasaputra. (1999). *Sepak Takraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan. Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- _____. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Sukardi. (2003). *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta; PT. Bumi Aksara.
- Syamsu Yusuf. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tri Ani Hastuti. (2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani* (Nomor 1 tahun 2008). Hlm. 63.
- Ucup Yusup. (2004). *Paparan Kuliah Sepaktakraw*. Semarang: UPT percetakan dan penerbitan UNNES PRESS

LAMPIRAN

INSTRUMEN PENELITIAN

**PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN
BERMAIN SEPAKTAKRAW**

1. Ukuran lapangan serta alat yang digunakan sesuai dengan standar yang berlaku.
2. Bola yang digunakan berukuran standart, bahan bola dapat terbuat dari bahan plastik maupun rotan.
3. Testi memakai seragam olahraga lengkap.
4. Testi melakukan pemanasan secukupnya (\pm 5 menit)
5. Testi melakukan percobaan sebelum melakukan tes keterampilan.
6. Pelaksanaan tes sesuai dengan urutan butir tes.

**PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN SEPAK MULA
BERMAIN SEPAKTAKRAW**

Tujuan : Servis untuk memulai permainan

Perlengkapan : 1. Lapangan dan perlengkapannya

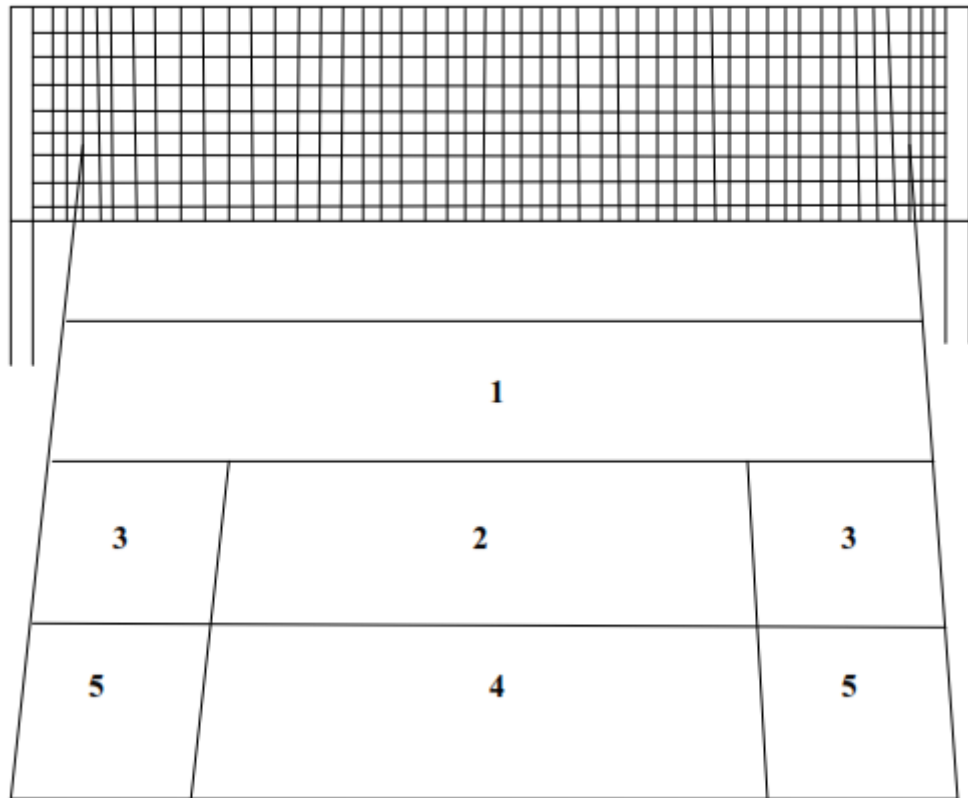
2. Lapangan diberikan tanda dan juga nilai

3. Alat tulis menulis

Petunjuk Pelaksanaan:

1. Sepak mula dilakukan dalam lingkaran servis dengan berdiri pada salah satu kaki di dalam garis lingkaran dan tinggi net 1,35 meter
2. Aba-aba “mulai” dengan melemparkan bola sendiri, testi melakukan sepak mula di arahkan ke lapangan yang telah ditandai dengan angka, angka 1 nilai terendah dan angka 5 nilai tertinggi.
3. Setiap testi melakukan sepak mula dalam 3 kali percobaan dan dilanjutkan dengan penilaian
4. Penilaian dilakukan dengan frekuensi 10 kali.
5. Waktu istirahat testi adalah saat menunggu giliran melakukan sepak mula pada percobaan berikutnya.
6. Skor terakhir yang dicatat adalah jumlah angka yang diperoleh dalam 10 kali tiap kesempatan.

TANDA DAN NILAI PADA LAPANGAN SEPAKTAKRAW PADA TES SEPAK MULA



Keterangan:

1. Angka adalah nilai
2. Kotak nilai adalah wilayah nilai yang diperoleh

PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN SEPAK SILA BERMAIN SEPAKTAKRAW

Tujuan : Memainkan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam.

Perlengkapan : 1. Lapangan dan perlengkapannya
2. *Stop watch*
3. Alat tulis menulis

Petunjuk Pelaksanaan:

1. Sepak sila dilakukan pada lingkaran dengan lebar jari-jari 2 meter
2. Tanda memulai tes sepak sila dengan memberi aba-aba “mulai”.
3. Sepak sila dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
4. Jika bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan sepak sila lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama.
5. Tanda selesai waktu tes sepak sila dengan memberi aba-aba “berhenti”.
6. Setiap testi melakukan sepak sila dalam 3 kali percobaan
7. Setiap percobaan dengan waktu 1 menit.
8. Waktu istirahat testi adalah saat menunggu percobaan berikutnya.
9. Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepak sila selama 1 menit pada tiap percobaan.

**PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN SEPAK KUDA
BERMAIN SEPAKTAKRAW**

Tujuan : Memainkan bola dengan menggunakan punggung kaki.

Perlengkapan : 1. Lapangan dan perlengkapannya

2. *Stop watch*

3. Alat tulis menulis

Petunjuk Pelaksanaan:

1. Sepak kuda dilakukan pada lingkaran dengan lebar jari-jari 2 meter
2. Tanda memulai tes sepak kuda dengan memberi aba-aba “mulai”.
3. Sepak kuda dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
4. Jika bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan sepak kuda lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama.
5. Tanda selesai waktu tes sepak kuda dengan memberi aba-aba “berhenti”.
6. Setiap testi melakukan sepak kuda dalam 3 kali percobaan
7. Setiap percobaan dengan waktu 1 menit.
8. Waktu istirahat testi adalah saat menunggu percobaan berikutnya.
9. Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepak kuda selama 1 menit pada tiap percobaan.

**PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN *HEADING*
BERMAIN SEPAKTAKRAW**

Tujuan : Memainkan bola dengan kepala.

Perlengkapan : 1. Lapangan dan perlengkapannya
2. *Stop watch*
3. Alat tulis menulis

Petunjuk Pelaksanaan:

1. Sepak mula dilakukan pada lingkaran dengan lebar jari-jari 2 meter Tanda memulai tes *heading* dengan memberi aba-aba “mulai”.
2. *Heading* dihitung setelah pantulan bola pertama (pantulan pertama tidak dihitung)
3. Jika bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan *heading* lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah pantulan pertama.
4. Tanda selesai waktu tes *heading* dengan memberi aba-aba “berhenti”.
5. Setiap testi melakukan *heading* dalam 3 kali percobaan
6. Setiap percobaan dengan waktu 1 menit.
7. Waktu istirahat testi adalah saat menunggu percobaan berikutnya.
8. Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi *heading* selama 1 menit pada tiap percobaan.

PETUNJUK UMUM PELAKSANAAN TES KETERAMPILAN SMASH BERMAIN SEPAKTAKRAW

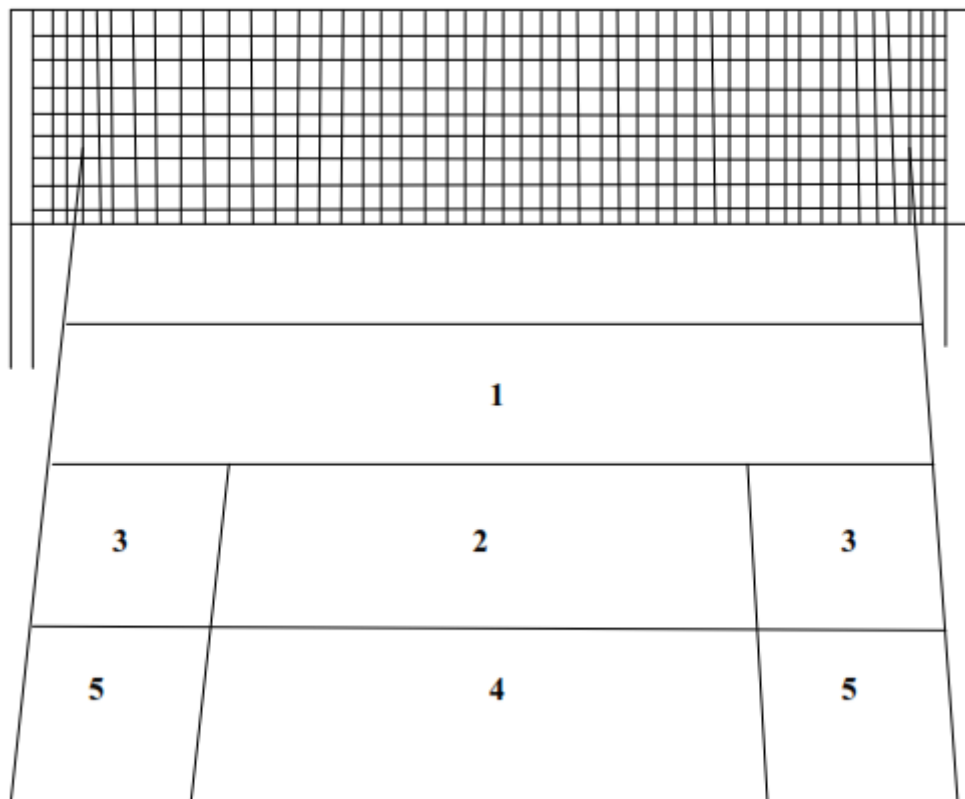
Tujuan : Menyerang lawan.

Perlengkapan : 1. Lapangan dan perlengkapannya
2. Lapangan diberikan tanda dan juga nilai
3. Alat tulis menulis

Petunjuk Pelaksanaan:

1. *Smash* dilakukan di depan net
2. Tanda memulai tes *smash* dengan memberi aba-aba “mulai”.
3. Bola dilemparkan sendiri oleh testi.
4. *Smash* di arahkan ke lapangan yang telah ditandai dengan angka (nilai)
5. Saat melakukan *smash* kedua kaki harus lepas dari lantai
6. Testi melakukan 3 kali percobaan *smash*.
7. Penilaian dilakukan kepada testi sebanyak 10 kali
8. Waktu istirahat testi adalah saat menunggu giliran melakukan *smash* pada percobaan berikutnya.
9. Skor yang dicatat adalah jumlah nilai yang diperoleh dalam 10 kali melakukan *smash* pada tiap percobaan.

**TANDA DAN NILAI PADA LAPANGAN SEPAKTAKRAW
PADA TES *SMASH***



Keterangan:

1. Angka adalah nilai
2. Kotak nilai adalah wilayah nilai yang diperoleh

**LEMBAR PENILAIAN TES KETERAMPILAN BERMAIN
SEPAKTAKRAW**

No	Nama	Kls	Sepakmula			Sepaksila			Sepakkuda			<i>Heading</i>			<i>Smash</i>		
			P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	
21																	
22																	
23																	
24																	
25																	
26																	

Keterangan:

P1: percobaan pertama

P2: Percobaan kedua

P3: Percobaan ketiga

SKOR SKALA KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW

Skor T	Semula (X1)	Sesila (X2)	Sekuda (X3)	Heading (X4)	Smash (X5)	Skor T
85						85
84						84
83						83
82						82
81						81
80						80
79						79
78						78
77						77
76						76
75						75
74						74
73						73
72						72
71						71
70						70
69						69
68						68
67						67
66						66
65						65
64						64
63						63
62						62
61						61
60						60
59						59
58						58
57						57
56						56
55						55
54						54
53						53
52						52
51						51
50						50
49						49
48						48

Lanjutan tabel skor skala keterampilan bermain sepak takraw

Skor T	Semula (X1)	Sesila (X2)	Sekuda (X3)	Heading (X4)	Smash (X5)	Skor T
47						47
46						46
45						45
44						44
43						43
42						42
41						41
40						40
39						39
38						38
37						37
36						36
35						35
34						34
33						33
32						32
31						31
30						30
29						29
28						28
27						27
26						26
25						25
24						24
23						23
22						22
21						21
20						20

Keterangan:

Semula (X1) : Sepak mula

Sesila (X2) : Sepak sila dalam 1 menit

Sekuda (X3) : Sepak kuda dalam 1 menit

Heading (X4) : *Heading* dalam 1 menit

Smash (X5) : *Smash*

NORMA PENILAIAN KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW

Kategori	Kode	Skor baku
Baik Sekali	A	68 – ke atas
Baik	B	56 – 68
Sedang	C	44 – 55
Kurang	D	32 – 44
Sangat Kurang	E	31 – ke bawah

Lampiran 4. Data Penelitian Keterampilan Bermain Sepaktakraw

No	Nama	Sepakmula		Sepaksila		Sepakkuda		Heading		Smash		Rata-rata Skor T	Kategori
		Skor	T Skor	Skor	T Skor	Skor	T Skor	Skor	T Skor	Skor	T Skor		
1	GS	17	47,04	17	49,80	26	58,45	12	36,58	13	47,42	47,858	Sedang
2	LAP	16	45,36	19	54,73	16	43,67	13	39,24	7	34,54	43,508	Kurang
3	ESF	21	53,76	14	42,39	19	48,10	12	36,58	9	38,83	43,932	Sedang
4	RR	14	42,00	14	42,39	16	43,67	13	39,24	10	40,98	41,656	Kurang
5	LKF	9	33,60	12	37,45	17	45,15	14	41,91	11	43,12	40,246	Kurang
6	ZPD	27	63,84	20	57,20	32	67,31	21	60,53	12	45,27	58,83	Tinggi
7	WDN	37	80,63	21	59,67	36	73,23	22	63,19	20	62,45	67,834	Sangat Tinggi
8	AJ	25	60,48	26	72,01	34	70,27	19	55,21	16	53,86	62,366	Sangat Tinggi
9	AI	19	50,40	19	54,73	28	61,40	18	52,55	18	58,15	55,446	Tinggi
10	IWN	21	53,76	14	42,39	30	64,36	22	63,19	26	75,33	59,806	Tinggi
11	NJD	26	62,16	16	47,33	17	45,15	18	52,55	15	51,71	51,78	Sedang
12	AT	19	50,40	21	59,67	19	48,10	14	41,91	12	45,27	49,07	Sedang
13	TDT	16	45,36	14	42,39	10	34,80	14	41,91	10	40,98	41,088	Kurang
14	NKH	19	50,40	12	37,45	17	45,15	12	36,58	15	51,71	44,258	Kurang
15	DF	24	58,80	16	47,33	18	46,63	18	52,55	16	53,86	51,834	Sedang
16	NJR	12	38,64	17	49,80	15	42,19	16	47,23	11	43,12	44,196	Kurang
17	ALP	16	45,36	15	44,86	17	45,15	18	52,55	12	45,27	46,638	Sedang
18	HA	14	42,00	11	34,99	16	43,67	16	47,23	11	43,12	42,202	Kurang
19	RH	12	38,64	14	42,39	18	46,63	17	49,89	14	49,57	45,424	Kurang
20	EF	16	45,36	22	62,14	16	43,67	16	47,23	9	38,83	47,446	Sedang
21	DG	18	48,72	19	54,73	15	42,19	19	55,21	18	58,15	51,8	Sedang
22	DA	23	57,12	26	72,01	24	55,49	27	76,50	25	73,18	66,86	Sangat Tinggi
23	NA	14	42,00	13	39,92	16	43,67	21	60,53	14	49,57	47,138	Sedang
24	HA	15	43,68	17	49,80	17	45,15	19	55,21	16	53,86	49,54	Sedang
25	RR	19	50,40	18	52,27	18	46,63	15	44,57	16	53,86	49,546	Sedang
Jumlah		469,00	1249,91	427,00	1249,84	507,00	1249,88	426,00	49,9948	356,00	1252,01	1250,30	
Mean		18,7600	49,9964	17,080	49,9936	20,2800	49,9952	17,0400	1249,87	14,2400	50,0804	7,83217	
SD		5,95315	10,00002	4,05093	9,99929	6,76708	10,00028	3,75810	10,00023	4,65725	9,99890	40,25	
Min		9,00	33,60	11,00	34,99	10,00	34,80	12,00	36,58	7,00	34,54	67,83	
Maks		37,00	80,63	26,00	72,01	36,00	73,23	27,00	76,50	26,00	75,33	50,0121	

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian



PROFIL SD NEGERI KRADENAN KARANGGAYAM KEBUMEN



Membariskan siswa dan memberi arahan sebelum melakukan tes

